

SPEISEPLAN

KW: 44

26.10. bis 30.10.2020

Aska GS

Montag	Knabbergemüse BIO Reis dazu Hühnerfrikassee (Erbsen, Karotten, Schwarzwurzel) (gw,m,sl) Vegi: BIO Reis dazu eine hellecremesoße mit Gemüse (gw,m,sl)
Dienstag	Tomatensalat mit Fetakäse (m) BIO Nudeln (gw,e) mit Spinatsoße (m)
Mittwoch	Couscous – Salat (Gurke, Paprika, Tomate) (gw) mit Linsenbällchen (gw,gh,e) und Kräuterquark (m) Obst
Donnerstag	Gurkensalat BIO Kartoffeln dazu eine Kapernsoße (m,gw) mit Geflügelbällchen (gw,e)
Freitag	BIO Gemüseintopf (Brokkoli, Möhren) (sl) dazu Vollkornbrot (gw,gg,gh,gr) Quark mit Obst (m)

Änderungen vorbehalten. Täglich bieten wir Salat, Rohkost oder frisches Obst an.

Zustatzstoffe: (1) mit Farbstoff, (2) mit Konservierungsstoffen, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker, (5) geschwefelt, (6) geschwärzt, (7) gewachst, (8) mit Phosphat, (9) mit Süßungsmittel, (10) enthält eine Phenylalaninquelle // Allergene: e=Ei, m=Milch, gw=Weizengluten (auch Dinkel, Grünkern), gr=Roggengluten, gh=Hafergluten, gg=Gerstengluten, kr=Krebstiere, nc=Cashew, npe=Pecannuss, npa=Paranuss, npi=Pistazie, nma=Macadamiannuss, nq=Queenslandnuss, sl=Sellerie, sn=Senf, sm=Sesam, sd=Schwefeldioxid u. Sulphite, lu=Lupine, w=Weichtiere (Muscheln, Tintenfisch), (*) kann Spuren von Nüssen, Schalenfrüchten oder Erdnüssen enthalten // Fleischsorten: G=Geflügel, L=Lamm, R=Rind

schulpartner*